

## Dr.尾崎と考える 広野町の健康づくり ⑦

広野町健康づくりアドバイザー 鳥取大学医学部 尾崎 米厚 先生



町では平成30年度に「第二次広野町健康づくり計画」を策定します。  
健康についてみなさんで考え、日本一元気な町を目指しましょう。

### 日本人の健康不安

日本人の平均寿命や健康寿命などの健康指標は、世界のトップクラスである。健康度の自己認識を聞いても諸外国と比較しても「自分は健康ではない」と回答する人の割合が決して高いわけではない。しかし、健康不安を尋ねると高い割合で「不安である」と回答する者がでる。様々な国際比較調査でも、日本人は不安を持ち、幸福度、生活満足度が低い結果がでる。

### 広野町住民の健康不安

2007年および2017年の調査では、広野町民の健康不安について尋ねている。「健康不安がない」者の割合は2017年では13.7%（男18.1%、女9.8%）と2007年の13.5%（男15.8%、女11.5%）と大差はなく、9割前後という多くの人が何らかの健康不安を持っていることがわかった。2014年に実施された厚生労働省の健康意識に関する調査では、61.1%が「健康に関して不安がある」と回答していたので、広野町民が健康不安を持っている人が多い可能性が示された。

### 健康不安の中身

広野町民で健康不安が多い項目は、2017年では「体力が衰えた」が56.1%（男55.8%、女56.2%）が最も多く、次いで「ストレスがたまる」45.1%（男41.9%、女47.7%）、「肥満が気になる」34.3%（男35.1%、女33.7%）、「歯が気になる」31.7%（男28.2%、女34.6%）、「循環器疾患が気になる」20.5%（男23.4%、女17.6%）、「がんが気になる」16.6%（男16.1%、女17.1%）であった。

前述の全国調査では、「体力が衰えた」49.6%、「ストレスがたまる」36.3%、「肥満が気になる」27.3%、「歯が気になる」26.2%、「循環器疾患が怖い」17.9%、「がんが怖い」19.0%だったので、「がんが怖い」を除く多くの項目で広野町のほうが不安を抱える人の割合が高かった。

不安には根拠のある不安もあるが、根拠のない漠然とした不安もある。今後、健康問題について様々な勉強を重ね、適切に心配し、有効な改善対策に結び付けたいものである。

### 医療機関ほか診療日時状況（平成30年9月26日現在）

<b>●高野病院</b> ☎0240-27-2901 月曜日 9:00~12:00 火曜日 9:00~12:00 水曜日 9:00~12:00 木曜日 9:00~12:00 金曜日 9:00~12:00 土曜日 9:00~12:00	<b>●馬場医院</b> ☎0240-27-2231 月曜日 8:00~12:00 14:00~18:00 火曜日 8:00~12:00 水曜日 8:00~12:00 14:00~18:00 木曜日 8:00~12:00 14:00~18:00 金曜日 8:00~12:00 14:00~18:00 土曜日 8:00~12:00	<b>●広野薬局</b> ☎0240-27-2265 月曜日 8:30~18:00 火曜日 8:30~18:00 水曜日 8:30~18:00 木曜日 8:30~18:00 金曜日 8:30~18:00 土曜日 8:30~12:00
<b>●新妻歯科医院</b> ☎0240-27-4020 火曜日 9:30~12:30 13:30~18:00 木曜日 9:30~12:30 13:30~18:00	<b>●花ぶさ苑</b> ☎0240-27-1755 面会時間 8:30~17:00	

## 高齢者インフルエンザ予防接種について

- 対象者**
  - ①65歳以上の方
  - ②60歳以上65歳未満の方であって、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害を有する方（②の対象になる方は事前に広野町保健センターにご連絡ください）
- 実施期間** 平成30年10月15日~12月28日まで（医療機関により休診日が異なりますので事前にご確認ください）
- 実施医療機関** 福島県内の登録医療機関
  - ①接種を希望する医療機関へお問い合わせください。
  - ②県外での接種を希望される方は事前に広野町保健センターまでご連絡ください。
- 自己負担額** 1,000円
- 接種方法**
  - ①問診票を事前に広野町保健センターまたは役場健康福祉課でお受け取りください。（平日の午前8時30分から午後5時15分まで受付しています。）ただし、町内の医療機関で接種を希望される場合は、問診票が医療機関に置いてあります。
  - ②接種を希望する医療機関に予約を入れてください。
  - ③受診の際は保険証および健康手帳をご持参ください。
  - ④公費での接種は、期間内に1回のみです。（2回目以降は自費での接種になります。）
- その他** 医師の診察結果によっては、当日接種を受けることができない場合があります。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

## 内部被ばく検査のご案内

町民の皆様を対象に内部被ばく検査を下記のとおり実施しております。検査を希望される場合は申請が必要になりますので、保健センターへお申込みください。

	受付時間	月	火	水	木	金	土	備考
保健センター	午前9時~正午	○	○	○	○	○	予 <sub>2</sub>	○：実施 －：未実施 予 <sub>1</sub> ：前日（月曜日）までに予約が必要 予 <sub>2</sub> ：第2・4土曜のみ実施。前々日（木曜日）までに予約が必要 ※事業などの都合で実施できない時間帯がありますので事前にご確認ください。
	午後1時~午後5時	○	○	○	○	○	－	
	午後5時~午後6時30分	－	予 <sub>1</sub>	－	－	－	－	

※事業などの都合で実施できない時間帯がありますので事前にご確認ください。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

## 休日など診療医療機関のお知らせ

※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関へお問い合わせください。

月日	曜日	医療機関	診療時間
10月20日	土	高野病院 馬場医院	9:00~16:00 8:00~12:00
10月21日	日	高野病院	9:00~15:00
10月27日	土	高野病院 馬場医院	9:00~16:00 8:00~12:00
10月28日	日	高野病院	9:00~15:00
11月3日	土	馬場医院	9:00~15:00
11月4日	日	高野病院	9:00~15:00
11月10日	土	高野病院 馬場医院	9:00~16:00 8:00~12:00
11月11日	日	高野病院	9:00~15:00
11月17日	土	高野病院 馬場医院	9:00~16:00 8:00~12:00

月日	曜日	医療機関	診療時間
11月18日	日	馬場医院	9:00~15:00
11月23日	金	高野病院	9:00~15:00
11月24日	土	高野病院 馬場医院	9:00~16:00 8:00~12:00
11月25日	日	馬場医院	9:00~15:00

### 【医療機関連絡先】

- ・高野病院 広野町大字下北迫字東町214 ☎0240-27-2901
- ・馬場医院 広野町大字下浅見川字広長100-6 ☎0240-27-2231